

Plomo

¿Debería estar preocupado(a)?

El envenenamiento por plomo es una de las amenazas más serias para la salud de los niños en y alrededor de la casa. Sus hijos pueden envenenarse si absorben plomo en su cuerpo. El plomo puede ocasionar problemas de aprendizaje y de comportamiento; puede dañar la audición y el sistema nervioso, incluyendo el cerebro.

¿De dónde viene el plomo?

El plomo se usaba en la pintura, las tuberías de agua, la gasolina, la orfebrería y en otros lugares. Aunque ya este metal no se usa tanto, permanece en los lugares en los que se usó.

Es posible que la pintura de las paredes y de los alféizares de las ventanas tenga plomo. El polvo de la casa (de pintura vieja y usada) puede tener plomo. El agua potable puede tener plomo por causa de las tuberías o las soldaduras que unen las tuberías. Hasta la tierra fuera de su casa puede tener plomo.

Es importante averiguar si su casa tiene plomo en o alrededor de ella. Hay análisis que le informarán y no cuestan mucho.

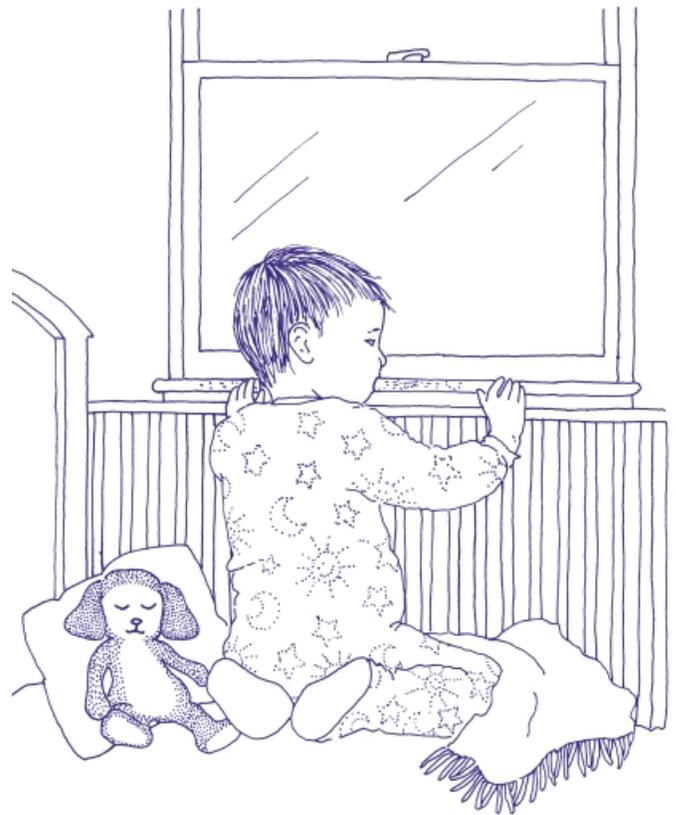
¿Cómo se puede envenenar su hijo con plomo?

Hay varias formas. Los niños pequeños se meten las manos y cualquier otra cosa en la boca, entonces pueden ingerir polvo o virutas de pintura que contienen plomo sin saberlo. Aun pedacitos de pintura demasiado pequeños para verse, pueden desprenderse de las ventanas, puertas y paredes creando polvo con plomo. Los niños que gatean en el piso se meten juguetes a la boca o juegan con tierra alrededor de la casa o en la guardería pueden envenenarse.

Es posible que los niños que tengan demasiado plomo en el cuerpo no parezcan ni se sientan enfermos. Un simple examen de sangre es la única manera de saber si su hijo ha estado expuesto al plomo. Pídale a su doctor o proveedor de servicios de salud que le haga un examen a su hijo para detectar la presencia de plomo en su cuerpo.

La pintura con plomo que está en buenas condiciones no es un problema inmediato. Sin embargo, puede convertirse en un riesgo en el futuro.

Se han promulgado leyes que prohíben el plomo en pintura para casas, gasolina y tuberías de agua. No obstante, es posible que muchas casas viejas sigan teniendo plomo. El investigar si el plomo es un problema en su casa es el primer paso para proteger la salud de sus hijos. Las preguntas en la página siguiente le pueden ayudar.



Uno de cada 40 niños estadounidenses tiene demasiado plomo en el cuerpo. El nivel de envenenamiento por plomo es aún mayor en las ciudades.

El polvo proveniente del plomo es la amenaza más grande para niños pequeños.

Preguntas para hacerse

- ¿Vive en una casa vieja? Muchas casas viejas tienen pintura con plomo o tuberías de agua hechas de plomo. La pintura con plomo fue prohibida en 1978. Es muy posible que las casas construidas antes de 1950 tengan plomo en la pintura y en las tuberías.
- ¿Hay pintura quebrada, astillada o descascarada en su casa?
- ¿Hay lugares en los que la pintura ha sido raspada, como en una puerta o en el marco de una ventana? Esto puede producir polvo con plomo.
- ¿Tiene tuberías de agua hechas de plomo o tuberías unidas con soldadura de plomo? El agua que circula por ellas puede contener plomo. Las tuberías de plomo son gris pálido y se raspan fácilmente con una llave o moneda.
- ¿Ha sido su casa remodelada o restaurada recientemente? Este tipo de trabajo puede producir polvo o virutas de pintura con plomo.
- ¿Hay plomo en la tierra afuera de su casa? Puede haber llegado allí por medio de la pintura en el exterior del edificio o de las fábricas. Quizás pudo haber llegado del tubo de escape de los automóviles cuando la gasolina tenía plomo. Si los niños juegan con tierra que tiene plomo, o si la tierra es acarreada a la casa por el tráfico de personas, los niños se pueden envenenar.
- ¿Hay alguien en su familia que trabaje en un lugar donde se use plomo? Algunos trabajos que pueden crear polvo de plomo son: construcción, construcción de puentes, pulido con chorro de arena, construcción de barcos, plomería, fabricación y reciclaje de baterías, reparación de automóviles, retocado de muebles y fundición. Los trabajadores pueden acarrear el polvo de plomo a sus casas en la ropa, la piel o los zapatos.
- ¿Tiene hijos menores de seis años a quienes nunca se les ha hecho un análisis de sangre para detectar la presencia de plomo? A los niños pequeños se les debe hacer este tipo de examen. El examen es todavía más necesario si vive en una casa vieja, si su casa ha sido remodelada recientemente, o si un hermano, hermana o compañero de juego ha tenido un examen de sangre cuyo resultado muestra altas concentraciones de plomo. Pídale a su doctor que le haga un análisis a sus hijos empezando a los seis meses y luego cada año hasta que tenga seis años.
- ¿Se les han hecho exámenes de sangre a los hijos de los vecinos o a los compañeros de juego de su hijo que muestren altas concentraciones de plomo?
- Si su respuesta es sí a cualquiera de estas preguntas, sus hijos pueden estar en riesgo de envenenarse con plomo. ¡Revise los Pasos a seguir en la página siguiente para saber lo que puede hacer para proteger la salud de sus hijos!



El análisis de sangre para detectar la presencia de plomo

- Sólo se necesita una pequeña muestra de sangre para saber si su hijo tiene señales de envenenamiento por plomo.
- Pregúntele a su proveedor de servicios de salud sobre el análisis.
- Los niveles de plomo se miden en microgramos por decilitro (μdL)
 - Si el nivel de su hijo es $10 \mu\text{dL}$ o mayor, es demasiado alto.
 - Necesita investigar cómo se le está introduciendo plomo en el cuerpo.
- Su proveedor de servicios de salud le puede ayudar a determinar lo que puede hacer.

PASOS A SEGUIR

Hágale un análisis a sus hijos para detectar la presencia de plomo

- Generalmente, este examen es gratis en las clínicas locales.



Averigüe si su casa tiene plomo

- Es posible que necesite hacer un análisis en su casa o en el agua. El departamento de salud local o estatal le puede informar cómo hacer esto por un precio bajo o gratis. Muchas ferreterías también venden equipos de análisis baratos para detectar la presencia de plomo.
- No trate de quitar la pintura con plomo usted solo. Debe ser hecho por trabajadores entrenados y certificados para ese propósito. Puede encontrar una compañía profesional de remoción de pintura con plomo poniéndose en contacto con el departamento de salud local o estatal. ¡El remover plomo de manera inadecuada puede empeorar el problema! Los niños y las mujeres embarazadas deben permanecer alejados del lugar durante los trabajos de remoción de plomo.

Proteja a sus hijos del plomo

- Láveles las manos y la cara a sus hijos con agua y jabón a menudo, especialmente antes de que coman. Lave los juguetes todas

las semanas.

- Reduzca el polvo de la pintura con plomo limpiando bien. Limpie superficies como los alféizares de las ventanas, los pisos y otras superficies con toallas de papel, agua tibia y jabón una vez a la semana. Enjuáguelas bien.
- No deje que los niños mastiquen, ni toquen con la boca los alféizares de las ventanas. Mantenga las cunas lejos de los alféizares (bordes) de las ventanas y de las paredes.
- Si está remodelando alguna parte de la casa, asegúrese de investigar si se está modificando algo que tenga pintura con plomo. Nunca raspe la pintura en seco ni lije pintura con plomo, tampoco la queme ni la encienda. Los niños y las mujeres embarazadas deben mantenerse alejados mientras se realiza la remodelación. Analice el polvo para verificar la presencia de plomo alrededor del área después de ser remodelada.



- Si tiene tuberías de plomo, o tuberías conectadas con soldadura de plomo, puede tomar las siguientes medidas para reducir la presencia de plomo en el agua:

PASOS A SEGUIR, continuación

- Nunca use agua caliente del grifo para beber, cocinar ni preparar la leche de fórmula. El agua caliente puede desprender más plomo de las tuberías.
- Cuando no se haya utilizado agua por algunas horas o de un día para otro, deje correr agua fría por unos minutos antes de usarla. Sabrá que el agua ha circulado lo suficiente cuando cambie de temperatura, generalmente se enfría. Esto limpia el agua que estaba asentada en las tuberías que puede haber absorbido plomo u otros metales. (Revise el capítulo sobre agua potable en la pág. 33).
- Puede solicitar un análisis de su agua para detectar la presencia de plomo. Llame al departamento de salud local o estatal para averiguar cómo.
- Si alguien en su casa trabaja con plomo, puede llevarlo a la casa en la ropa. Asegúrese de que se duchen y se cambien la ropa y los zapatos antes de entrar a la casa. Lave esta ropa separadamente.
- Si su patio o el patio de la guardería de sus hijos tiene plomo en la tierra, no deje que sus hijos jueguen allí. Pida que analicen la tierra para detectar la presencia de plomo y asegurarse de que es segura. Mientras tanto, plante césped u otras plantas para mantener a sus hijos alejados de la tierra.
- Alimente a su hijo con una dieta sana. La comida con vitamina C, calcio y hierro puede ayudar a reducir los niveles de envenenamiento por plomo. La mayoría de las veces, los niños que sufren de este tipo de envenenamiento no consumen suficiente hierro ni otros minerales en sus dietas. El asegurarse de que sus hijos obtengan suficientes nutrientes de este tipo, puede minimizar la cantidad de plomo que sus cuerpos absorban.

¡Cuando tenga dudas, pregunte!

- Para hacerse análisis de sangre, llame a su doctor de cabecera o a la clínica pública
- Para el análisis de muestras de pintura y de agua potable, llame a su departamento de salud local o estatal
- Para localizar a un inspector autorizado de plomo o a un contratista que remueva pintura, llame al Directorio del Plomo al 888/LEAD-LISTING (888/532-354-78464)—www.leadlisting.org (sólo en inglés)
- Para solicitar un paquete de materiales o hacer preguntas acerca del plomo, llame gratis al Centro Nacional de Información sobre Plomo (National Lead Information Center), 800/424-LEAD
- Para solicitar información sobre la presencia de plomo en el agua potable, llame a la línea directa de Agua Potable Segura de EPA: 800/426-4791 o visite su página de web: www.epa.gov/safewater
- Comuníquese con HUD para solicitar un folleto sobre los derechos y responsabilidades del inquilino y otros temas relacionados con la vivienda al 800/HUDS-FHA—www.hud.gov
- Para obtener más información sobre el plomo en y alrededor de su casa, revise *Home*A*Syst*. El manual de *Home*A*Syst* proporciona más detalles sobre este y otros temas relacionados con el hogar sano 608/262-0024—www.uwex.edu/homeasyst (sólo en inglés)

Este capítulo fue adaptado de "Plomo en y alrededor de su casa: Identificación y manejo de sus fuentes", por Karen Filchak, Cooperativa de Extensión de la Universidad de Connecticut. En *Home*A*Syst, Una guía para la evaluación de riesgos ambientales en su hogar*, ©1997 Junta Directiva del Sistema de la Universidad de Wisconsin. Todos los derechos reservados.